

# Les expériences négatives durant l'enfance



## De quoi s'agit-il ?

Les expériences négatives durant l'enfance (ENE) sont des événements extrêmement stressants qui se produisent au cours des 18 premières années de la vie d'un enfant et qui peuvent avoir un impact sur sa santé physique et mentale plus tard dans la vie. En tant que membres du personnel et du corps enseignant du campus, la compréhension des ENE peut aider à :

⇒ réduire la culpabilité que les étudiants-es peuvent avoir à l'égard de leurs difficultés actuelles en examinant ce à quoi ils et elles sont confrontés-es à travers le prisme des ENE et de leurs effets à l'âge adulte.

⇒ prendre conscience des risques associés aux ENE et s'engager dans des pratiques préventives.

Lorsque les Centres pour le contrôle et la prévention des maladies (CDC) ont étudié les ENE pour la première fois en 1998, ils ont constaté qu'elles étaient très courantes, près de 2 personnes interrogées sur 3 ayant vécu au moins une ENE (environ 13 000 adultes ont été interrogés dans le cadre de cette étude). L'étude a établi 10 expériences négatives spécifiques durant l'enfance, réparties en 3 catégories : les abus, la négligence et les difficultés domestiques. Depuis cette publication, les recherches sur le sujet se sont multipliées. Certains universitaires ont avancé que le cadre actuel des ENE devrait être élargi pour inclure les facteurs environnementaux (par exemple, les expériences d'itinérance ou de racisme) comme une autre catégorie de préoccupation.

## Exemples d'ENE :

- exposition à la violence d'un partenaire intime
- maladie mentale au sein du foyer
- exposition à la séparation ou au divorce
- abus émotionnels, physiques ou sexuels
- pauvreté extrême
- négligence

Les études montrent que plus une personne a vécu d'ENE, plus elle risque d'avoir un mauvais état de santé physique et mentale à un stade ultérieur de sa vie. Les points suivants sont comparés à ceux qui ont vécu peu ou pas d'ENE :

une personne ayant vécu 4 expériences négatives durant son enfance



a 2 fois plus de risques de développer un cancer ou une maladie cardiaque

une personne ayant vécu 5 expériences négatives durant son enfance



a 8 fois plus de risques de développer un trouble lié à la consommation d'alcool

une personne ayant vécu 6 expériences négatives durant son enfance



a une espérance de vie réduite de 20 ans

Le score ENE correspond au nombre d'expériences négatives vécues durant l'enfance. Le score sert d'outil pour comprendre à la fois la santé de la population et le risque individuel. Il est important de noter que les personnes ayant vécu des expériences négatives durant leur enfance ne subissent pas de dommages irréparables et qu'il n'existe pas de corrélation directe entre les expériences négatives durant l'enfance et les mauvais résultats en matière de santé. Chacun-e réagit différemment aux événements difficiles et il existe des traitements et des interventions efficaces.

« La sensibilisation aux ENE est la première étape pour changer les choses, car l'apprentissage des ENE peut contribuer à briser le cycle. »  
(Université Queen's, 2022)

## Quel est l'impact des ENE sur la santé mentale du corps étudiant ?

Des études ont montré que les étudiants-es qui ont vécu des ENE courent un risque plus élevé...

de moins bien réussir leurs études (par exemple, manque d'assiduité, non-respect des délais)



d'abandonner l'université



d'adopter des comportements à risque (par exemple, consommation d'alcool ou de drogues, relations sexuelles non protégées).



## Points saillants en matière de programmes et d'intervention

**ACEs & Resilience Champion Toolkit - ([communityresilience.ca](https://communityresilience.ca))**

(Trousse du champion des ENE et de la résilience) ([communityresilience.ca](https://communityresilience.ca))

- Développée par la Coalition des ENE de Guelph et Wellington
- Trousse d'outils gratuite en 7 parties (en anglais) pour aider « les collègues et les partenaires communautaires à prendre des mesures significatives pour aborder les expériences négatives durant l'enfance et renforcer la résilience ».

**Trousse d'outils sur les pratiques et les soins tenant compte des traumatismes - CISMIC**

L'utilisation d'une approche tenant compte des traumatismes dans les pratiques et les soins peut être une méthode efficace pour répondre et traiter les étudiants-es qui ont vécu des ENE. Veuillez consulter la trousse d'outils du CISMIC pour plus d'informations sur les composantes des soins tenant compte des traumatismes et sur la manière de les intégrer dans une variété de services sur le campus.

**Les déterminants sociaux de la santé (DSS)** sont les conditions de vie qui influencent la santé des individus. Les DSS comprennent le statut d'autochtone, le handicap, la petite enfance, l'éducation, l'emploi et les conditions de travail, l'insécurité alimentaire, les services de santé, le genre, le logement, le revenu et la répartition des revenus, la race, l'exclusion sociale, le filet de sécurité sociale, le chômage et la sécurité de l'emploi. Pour plus d'informations, visitez : [thecanadianfacts.org](https://thecanadianfacts.org)

## La complexité des ENE



*Les ENE ne sont pas réparties uniformément au sein des populations...*

Les incidences des ENE ne sont pas uniformément réparties en fonction de la race, de la classe sociale, du genre, du capacitisme, de la sexualité et d'autres déterminants sociaux de la santé reconnus. Selon Camacho & Henderson (2022), les expériences négatives durant l'enfance sont plus fréquentes dans les communautés qui souffrent de la pauvreté et qui ont un accès limité aux ressources. En outre, « les environnements inéquitables recoupent et aggravent les effets des ENE » (Camacho & Henderson, 2022).

*Corrélation ou causalité...*

Il est également important de comprendre que le lien étroit entre les ENE et l'espérance de vie, la santé mentale et d'autres effets négatifs sur la santé n'implique pas une relation de cause à effet directe entre ces 2 événements. La relation entre les ENE et les effets sur la santé est nuancée et complexe, et nécessite une approche holistique pour atténuer les effets néfastes qui y sont associés.

## Références

Camacho, S., & Clark Henderson, S. (2022). The Social Determinants of Adverse Childhood Experiences: An Intersectional Analysis of Place, Access to Resources, and Compounding Effects. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710670>

Center on the Developing Child at Harvard University. (2020). What are aces? and how do they relate to toxic stress? <https://developingchild.harvard.edu/resources/aces-and-toxic-stress-frequently-asked-questions/>

Craig, F., Servidio, R., Calomino, M.L., Candrea, F., Nardi, L., Palermo, A., Polito, A., Spina, M.F., Tenuta, F., & Costabile, A. (2023) Adverse Childhood Experiences and Mental Health among Students Seeking Psychological Counseling Services. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph20105906>

Davies, E., Read, J., & Shevlin, M. (2022). The impact of adverse childhood experiences and recent life events on anxiety and quality of life in university students. *Higher Education*, 84(1), 211-224. <https://doi.org/10.1007/s10734-021-00774-9>

Felitti, V.J., Anda, R.F., Nordenberg, D., Williamson, D.F., Spitz, A.M., Edwards, V., et al. Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventative Medicine*, 14(4), 245-58.

Public Health Ontario. (2020). Adverse Childhood Experiences (ACES). <https://www.publichealthontario.ca/-/media/documents/a/2020/adverse-childhood-experiences-report.pdf?la=en>

Queen's University. (2022). Adverse Childhood Experiences (ACEs). *Horizons*, (2). <https://familymedicine.queensu.ca/source/Family%20Medicine/Horizons%20September%202022F.pdf>

Roxburgh, S., & MacArthur, K. R. (2014). Childhood adversity and adult depression among the incarcerated: Differential Exposure and vulnerability by race/ethnicity and gender. *Child Abuse & Neglect*, 38(8), 1409-1420. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2014.02.007>

Strompolis, M., Tucker, W., Crouch, E., & Radcliff, E. (2019) The intersectionality of adverse childhood experiences, race/ethnicity, and income: Implications for policy. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 47(4), 310-324. <https://doi.org/10.1080/10852352.2019.1617387>

Webster, E. M. (2022). The Impact of Adverse Childhood Experiences on Health and Development in Young Children. *Global Pediatric Health*, 9. <https://doi.org/10.1177/2333794X221078708>